

ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь

МЕНЮ

на 01 июня 2021 г.

школа № 421

кол. ГОА

Ш

ОВ Алексеев

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник		Год издания
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №		

Завтрак

Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	3		2012
Омлет с зеленым горошком	200	20,00	24,80	25,80	281,00	219		2012
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066		
Творог в инд.упаковке	100	7,50	6,00	1,50	113,00	ТК 067		
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083		
Груша свежая	150	0,46	0,35	11,90	63,50	ТК 069		
Итого:	735	37,90	43,13	88,16	750,50			

ОБЕД

Салат из свежих помидоров	60	0,60	6,10	2,00	65,00	22		2008,00
Борщ с капустой и картофелем, птицей, сметаной и зеленью петрушки	200/20/10/1	6,40	7,00	10,10	242,40	57		2012
Кабачки фаршированные мясом и рисом	280	21,70	13,00	22,00	413,00	299		2012
Компот из изюма	200	0,40	0,02	6,90	91,00	ТК 070		
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056		
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012		
Итого:	831	33,60	27,42	67,40	945,40			

Полдник

Сдоба обыкновенная	100	7,20	4,30	53,20	289,00	464		2008
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071		
Черешня свежая	100	1,10	0,40	10,60	46,00	ТК 072		
Итого:	400	13,90	9,70	73,20	441,00			
Всего:		85,49	80,25	228,76	2136,9			
Всего за день:	378 руб.80 коп.							

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:

Городской оздоровительный лагерь

школа № 421

Прием пищи, наименование блюда

[illegible]

Завтрак

Бутерброд с джемом	55	2,51	3,93	28,88	161,00	2	2012
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/10	27,30	19,00	33,20	323,00	237	2012
Чай с лимоном	200/10	0,12	0,02	10,20	21,00	TK 073	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	TK 060	
Зефир	50	0,40	0,10	39,90	83,00	TK 074	
Киви	100	0,73	0,36	7,40	42,70	TK 075	
Итого:	700	37,36	27,41	130,18	718,70		

ОБЕД

Салат из сыра,яблок и огурцов	60	5,50	8,20	2,10	105,00	27	2008
Суп-лапша домашняя с птицы,зеленью петрушки	200/20/2	5,60	6,50	9,90	206,20	86	2012
Котлеты рубленные из говядины,запеченные с молочным соусом	100	11,60	12,90	10,00	256,00	281	2012
Овощи отварные (капуста цветная) с маслом	150	3,8	4,2	5	114	320	2012
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,20	7,90	96,80	TK 076	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	TK 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	TK 012	
Итого:	782	31,16	33,30	61,30	912,00		

Полдник

Пирожок с яблоками	100	5,50	5,20	35,00	294,00	451	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	TK 077	
Нектарин свежий	100	1,10	0,30	8,90	44,00	TK 078	
Итого:	400	7,60	5,50	69,30	458,00		
Всего:		76,12	66,21	260,78	2088,7		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер" _____

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник
		Белки г/	Жиры г/	Углеводы г.		
						ТК №
						Год

		Завтрак						
		40	2,45	7,55	14,62	136,00	1	2012
Бутерброд с маслом		40						
Макаронны, запеченные с сыром		180	8,40	7,50	34,40	336,00	207	2012
Какао с молоком		200	2,90	2,50	6,20	27,00	TK 079	
Вафли		30	1,50	1,20	6,60	63,00	TK 061	
Творог в инд.упаковке		100	7,50	6,00	1,50	113,00	TK 067	
Апельсин		150	1,40	0,27	12,20	64,50	TK 080	
Итого:		700	24,15	25,02	75,52	739,50		

ОБЕД

ОБЕД							
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	60	0,66	6,10	2,20	64,00	25	2008
Рассольник ленинградский с говяжьей. сметаной, зеленью петрушки	200/20/10/1	6,80	7,60	14,30	266,00	76	2012
Зразы рыбные с яйцом	100	13,1	5,38	15,05	256	265	2012
Картофельное пюре с морковью	150	2,8	4,6	18	125	322	2012
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	6,40	68,00	TK 081	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	TK 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	TK 012	
Итого:	801	28,06	25,40	82,35	913,00		

Полник

		Полдник					
Ватрушка с повидлом	100	5,30	2,00	62,00	292,00	453	2008
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	TK 071	
Абрикосы свежие	100	0,90	0,10	9,00	44,00	TK 082	
Итого:	400	11,80	7,10	80,40	442,00		
Всего:		64,01	57,52	238,27	2094,5		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Капквлятор:

ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь

МЕНЮ

школа № 421

на 04 июня 2021 г.

нач. Гол. Лого. Дм. - 0.3.2021

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год

Завтрак

Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Каша "Янтарная"	150	5,00	7,40	28,10	179,20	187	2008
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083	
Банан свежий	200	2,14	0,71	30,00	192,00	ТК 084	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Итого:	760	23,47	24,09	117,66	752,20		

ОБЕД

Винегрет овощной	60	0,81	3,72	4,60	74,00	45	2012
Суп картофельный с горохом, птицей, гречками, зеленью петрушки.	200/20/20/1	3,70	2,00	10,40	266,40	81	2012
Птица, тушенная в соусе с овощами	280	14,6	3,5	25,7	344	302	2012
Кисель из яблок	200	0,10	0,20	40,20	117,00	ТК 085	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	841	23,71	10,72	107,30	935,40		

Полдник

Булочка молочная	100	8,70	1,80	51,90	296,00	477	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ТК 077	
Персик свежий	100	0,90	0,10	8,50	45,00	ТК 086	
Итого:	400	10,60	1,90	86,80	443,00		
Всего:		57,78	36,71	311,76	2130,6		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав.производством:

ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь МЕНЮ

школа № 421

на 07 июня 2021 г.

кат. гол. лето 2021
О.В. Александрова

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		№ ТК	Винджен Год

Завтрак

Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1	2012
Каша пшеничная молочная	150	4,70	5,40	20,50	179,00	189	2008
Чай с сахаром	200	0,40	0,10	7,20	20,00	59	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Яблоко свежее	150	0,62	0,62	15,20	70,00	ТК 089	
Пряник	50	2,70	2,70	34,80	172,00	ТК 091	
Итого:	715	17,17	20,37	102,92	665,00		

ОБЕД

Салат из сыра,яблока и огурцов	60	5,50	8,20	2,10	105,00	27	2008
Суп картофельный с фрикадельками из говядины с зеленью петрушки.	200/40/1	5,00	4,50	15,70	153,20	83	2012
Рыба, запеченная с картофелем	280	21,6	16,2	27,5	442,2	250	2012
Кисель из кураги	200	0,44	0,02	27,80	118,00	ТК 063	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	841	37,04	30,22	99,50	952,40		

Полдник

Булочка "Творожная"	100	11,80	5,60	46,80	288,00	479	2008
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071	
Слива свежая	100	0,80	0,30	9,60	52,00	ТК 065	
Итого:	400	18,20	10,90	65,80	446,00		
Всего:		72,41	61,49	268,22	2063,4		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"
Калькулятор:
Зав.производством:

ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь

МЕНЮ

на 08 июня 2021 г.

школа № 421

Рос. СОН "Аэро"

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		TK №	Год вины

Завтрак

Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Омлет с морковью	200	14,60	27,20	7,00	278,00	217	2012
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	TK 066	
Творог в инд. упаковке	100	7,50	6,00	1,50	113,00	TK 067	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	TK 083	
Груша свежая	150	0,46	0,35	34,80	11,90	TK 069	
Итого:	735	32,59	45,53	69,36	747,50		

ОБЕД

Салат из свеклы с сыром	60	2,80	5,70	4,30	110,00	31	2012
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки	200/20/10/1	6,00	8,10	7,50	168,40	67	2012
Плов из птицы	290	56,7	14,1	48,8	444,3	304	2012
Компот из изюма	200	0,40	0,02	6,90	91,00	TK 070	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	TK 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	TK 012	
Итого:	841	70,40	29,22	93,90	947,70		

Полдник

Сдоба обыкновенная	100	7,20	4,30	53,20	289,00	464	2008
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	TK 077	
Черешня свежая	100	1,10	0,40	10,60	46,00	TK 072	
Итого:	400	9,30	4,70	89,20	45,00		
Всего:		112,29	79,45	252,46	2150,2		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:



ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь МЕНЮ

школа № 421

на 09 июня 2021 г.

Имя ГОЛ. Лод О.В. Алексеева

Прием пищи,наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год

Завтрак

Бутерброд с джемом	55	2,51	3,93	28,88	161,00	2		2012
Пудинг из творога запеченный	160	24,20	17,20	38,90	300,00	235		2012
Чай с лимоном	200/10	0,12	0,02	10,20	21,00	ТК 073		
Йогурт в инд. упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060		
Зефир	50	0,40	0,10	39,90	83,00	ТК 074		
Киви	100	0,73	0,36	7,40	42,70	ТК 075		
Итого:	700	34,26	25,61	135,88	695,70			

ОБЕД

Салат из свежих огурцов	60	0,42	6,10	1,40	62,00	19		2008
Суп-лапша домашняя с птицей, зеленью петрушки	200/20/1	5,60	6,50	9,90	206,20	86		2012
Бефстроганов из отварного мяса	150 (75/75)	19,4	15,6	4,1	234	278		2012
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	2,32	42,4	240	165		2012
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,20	7,90	96,80	ТК 076		
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056		
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012		
Итого:	841	38,58	32,02	92,10	973,00			

Полдник

Пирожок с яблоками	100	5,50	5,20	35,00	294,00	451		2008
Молоко в инд. упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071		
Нектарин свежий	100	1,10	0,30	8,90	44,00	ТК 078		
Итого:	400	12,20	10,50	53,30	444,00			
Всего:		85,04	68,13	281,28	2112,7			
Всего за день:	378 руб.80 коп.							

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:

ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь МЕНЮ

на 11 июня 2021 г.

школа № 421

Дир. ГОА, к.т.с. О.Б. Алексеева

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		№	ТК

Завтрак

Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Каша "Дружба"	150	4,70	7,50	20,10	168,00	190	2008
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083	
Банан свежий	200	2,14	0,71	30,00	192,00	ТК 084	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Итого:	760	23,17	24,19	109,66	741,00		

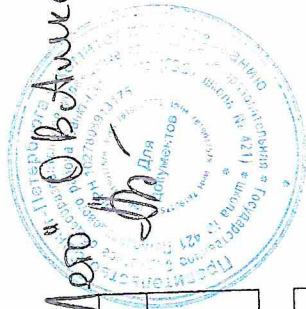
ОБЕД

Салат из моркови с яблоками и курагой	60	0,80	3,10	6,50	74,00	39	2012
Суп картофельный с рыбными фрикадельками, зеленью петрушки	200/35/1	5,30	2,90	14,90	149,00	84	2012
Пудинг из пшена с морковью	100	22,4	9,8	9	288	34	2012
Рагу овощное с кабачками и цветной капустой (1-й вариант)	150	2,8	6,1	15,7	153	342	2012
Кисель из яблок	200	0,10	0,20	40,20	117,00	ТК 085	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	806	35,90	23,40	112,70	915,00		

Полдник

Булочка молочная	100	8,70	1,80	51,90	296,00	477	2008
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071	
Персик свежий	100	0,90	0,10	9,50	45,00	ТК 086	
Итого:	400	15,20	6,90	70,80	447,00		
Всего:	378 руб.80 коп.	74,27	54,49	293,16	2103,00		

Директор ООО "Кавалер"



СБОРНИК

1	
4	
3	валер

Директор ООО "Кав
Калькулятор:
Зав.производством:

на 15 ИЮНЯ 2021 г.

Прием пищи,наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год
Завтрак							
Бутерброд с сыром	10/5/30	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Омлет с зеленым горошком	250	25,00	31,00	32,30	351,00	219	2012
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066	
Творог в инд.упаковке	100	7,50	6,00	1,50	113,00	ТК 067	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083	
Груша свежая	150	0,46	0,35	11,90	63,50	ТК 069	
Итого:	735	37,90	43,13	88,16	750,50		
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров	100	1,00	10,20	3,30	108,00	22	2008,00
Борщ с капустой и картофелем,птицей,сметаной и зеленью петрушки	250/20/10/1	7,80	8,50	12,30	303,00	57	2012
Кабачки фаршированные мясом и рисом	280	21,70	13,00	22,00	413,00	299	2012
Компот из изюма	200	0,40	0,02	6,90	91,00	ТК 070	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	831	33,60	27,42	67,40	945,40		
Полдник							
Сдоба обыкновенная	100	7,20	4,30	53,20	289,00	464	2008
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071	
Черешня свежая	100	1,10	0,40	10,60	46,00	ТК 072	
Итого:	400	13,90	9,70	73,20	441,00		
Всего:		85,49	80,25	228,76	2136,9		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:

Прием пищи, наименование блюда

Вес блюда

Белки /г/

Жиры /г/

Пищевые вещества

Углеводы

г.

Энергетическая

ценность (ккал)

Сборник

№

Год

ИЗДАНИЕ

Завтрак

Бутерброд с джемом	20/5/30	2,51	3,93	28,88	161,00	2	2012
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/10	27,30	19,00	33,20	323,00	237	2012
Чай с лимоном	200/10	0,12	0,02	10,20	21,00	ТК 073	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Зефир	50	0,40	0,10	39,90	83,00	ТК 074	
Киви	100	0,73	0,36	7,40	42,70	ТК 075	
Итого:	700	37,36	27,41	130,18	718,70		

ОБЕД

Салат из сыра,яблока и огурцов	60	5,50	8,20	2,10	105,00	27	2008
Суп-лапша домашняя с птицей,зеленью петрушки	200/20/2	5,60	6,50	9,90	206,20	86	2012
Котлеты рубленые из говядины, запеченные с молочным соусом	100	11,60	12,90	10,00	256,00	281	2012
Овощи отварные (капуста цветная) с маслом	150	3,8	4,2	5,00	114,00	320	2012
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,20	7,90	96,80	ТК 076	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	782	31,16	33,30	61,30	912,00		

Полдник

Пирожок с яблоками	100	5,50	5,20	35,00	294,00	451	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ТК 077	
Нектарин свежий	100	1,10	0,30	8,90	44,00	ТК 078	
Итого:	400	7,60	5,50	69,30	458,00		
Всего:		76,12	66,21	260,78	2088,7		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав.производством:

ООО "Кавалер" с 12-18 лет
 Городской оздоровительный лагерь
 школа № 421
 МЕНЮ
 на 16 июня 2021 г.
 Усл. гол, Лето и Общественная

Прием пищи,наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		№	ТК
Завтрак							
Бутерброд с джемом	20/5/30	2,51	3,93	28,88	161,00	2	2012
Запеканка из творога с молоком гущеным	220/20	40,40	28,30	51,70	385,00	237	2012
Чай с лимоном	200/10	0,12	0,02	10,20	21,00	ТК 073	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Зефир	50	0,40	0,10	39,90	83,00	ТК 074	
Киви	100	0,73	0,36	7,40	42,70	ТК 075	
Итого:	700	37,36	27,41	130,18	718,70		
ОБЕД							
Салат из сыра,яблока и огурцов	100	9,10	13,70	3,50	175,00	27	2008
Суп-лапша домашняя с птицей,зеленью петрушки	250/20/2	6,81	8,00	12,10	258,00	86	2012
Коллеты рубленные из говядины,запеченные с молочным соусом	100	11,60	12,90	10,00	256,00	281	2012
Овощи отварные (капуста цветная) с маслом	180	4,6	5,05	6,00	137,00	320	2012
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,20	7,90	96,80	ТК 076	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	782	31,16	33,30	61,30	912,00		
Полдник							
Пирожок с яблоками	100	5,50	5,20	35,00	294,00	451	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ТК 077	
Нектарин свежий	100	1,10	0,30	8,90	44,00	ТК 078	
Итого:	400	7,60	5,50	69,30	458,00		
Всего:		76,12	66,21	260,78	2088,7		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"
 Калькулятор:
 Зав.производством:

НА 1 / ИЮНЯ 2021 г.									
Прием пищи,наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник			
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год		
Завтрак									
Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136,00	1	2012		
Макароны. запеченные с сыром	180	8,40	7,50	34,40	336,00	207	2012		
Какао с молоком	200	2,90	2,50	6,20	27,00	ТК 079			
Вафли	30	1,50	1,20	6,60	63,00	ТК 061			
Творог в инд.упаковке	100	7,50	6,00	1,50	113,00	ТК 067			
Апельсин	150	1,40	0,27	12,20	64,50	ТК 080			
Итого:	700	24,15	25,02	75,52	739,50				
ОБЕД									
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	60	0,66	6,10	2,20	64,00	25	2008		
Рассольник ленинградский с говяжьей, сметаной, зеленью петрушки	200/20/10/1	6,80	7,60	14,30	266,00	76	2012		
Зразы рыбные с яйцом	100	13,1	5,38	15,05	256,00	265	2012		
Картофельное пюре с морковью	150	2,8	4,6	18	125,00	322	2012		
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	6,40	68,00	ТК 081			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056			
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012			
Итого:	801	28,06	25,40	82,35	913,00				
Полдник									
Ватрушка с повидлом	100	5,30	2,00	62,00	292,00	453	2008		
Молоко в инд.упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071			
Абрикосы свежие	100	0,90	0,10	9,00	44,00	ТК 082			
Итого:	400	11,80	7,10	80,40	442,00				
Всего:		64,01	57,52	238,27	2094,5				
Всего за день:	378 руб.80 коп.								

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав.производством:

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки г/	Жиры г/	Углеводы г.		№	Год

Завтрак

Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136,00	1	2012
Макаронны, запеченные с сыром	230	10,70	9,62	44,10	428,00	207	2012
Какао с молоком	200	2,90	2,50	6,20	27,00	ТК 079	
Вафли	30	1,50	1,20	6,60	63,00	ТК 061	
Творог в инд.упаковке	100	7,50	6,00	1,50	113,00	ТК 067	
Апельсин	150	1,40	0,27	12,20	64,50	ТК 080	
Итого:	700	24,15	25,02	75,52	739,50		

ОБЕД

Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	10,10	3,60	106,00	25	2008
Рассольник ленинградский с говядиной, сметаной, зеленью петрушки	250/20/10/1	8,24	9,20	17,40	333,00	76	2012
Зразы рыбные с яйцом	100	13,1	5,38	15,05	256,00	265	2012
Картофельное пюре с морковью	180	3,4	5,55	21,6	150,00	322	2012
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	6,40	68,00	ТК 081	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	801	28,06	25,40	82,35	913,00		

Полдник

Ватрушка с повидлом	100	5,30	2,00	62,00	292,00	453	2008
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,60	5,00	9,40	106,00	ТК 071	
Абрикосы свежие	100	0,90	0,10	9,00	44,00	ТК 082	
Итого:	400	11,80	7,10	80,40	442,00		
Всего:		64,01	57,52	238,27	2094,5		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:

на 18 июня 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год

Завтрак

Бутерброд с сыром	10/5/30	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Каша "Янтарная"	150	5,00	7,40	28,00	179,20	187	2008
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083	
Банан свежий	200	2,14	0,71	30,00	192,00	ТК 084	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Итого:	760	23,47	24,09	117,66	752,20		

ОБЕД

Винегрет овощной	60	0,81	3,72	4,60	74,00	45	2012
Суп картофельный с горохом, птицей, тренками, зеленью петрушки.	200/20/20/1	3,70	2,00	10,40	266,40	81	2012
Птица, тушенная в соусе с овощами	280	14,6	3,5	25,7	344	302	2012
Кисель из яблок	200	0,10	0,20	40,20	117,00	ТК 085	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	841	23,71	10,72	107,30	935,40		

Полдник

Булочка молочная	100	8,70	1,80	51,90	296,00	477	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ТК 077	
Персик свежий	100	0,90	0,10	8,50	45,00	ТК 086	
Итого:	400	10,60	1,90	86,80	443,00		
Всего:		57,78	36,71	311,76	2130,6		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав.производством:



ООО "Кавалер"

Городской оздоровительный лагерь

с 12-18 лет

школа № 421

МЕНЮ

на 18 июня 2021 г.

Кор ТОН, Лето "Ф" - Общественная

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник	
		Белки /г/	Жиры /г/	Углеводы г.		ТК №	Год издания

Завтрак

Бутерброд с сыром	10/5/30	4,73	6,88	14,56	139,00	3	2012
Каша "Янтарная"	200	6,72	9,80	37,40	239,00	187	2008
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	5,60	24,00	ТК 066	
Печенье	40	3,80	3,80	28,80	130,00	ТК 083	
Банан свежий	200	2,14	0,71	30,00	192,00	ТК 084	
Йогурт в инд.упаковке	125	6,30	4,00	10,60	88,00	ТК 060	
Итого:	760	23,47	24,09	117,66	752,20		

ОБЕД

Винегрет овощной	100	1,35	6,20	7,70	123,00	45	2012
Суп картофельный с горохом, птицей, гречками, зеленью петрушки.	250/20/20/1	4,50	2,40	12,50	333,00	81	2012
Птица, тушеная в соусе с овощами	280	14,6	3,5	25,7	344	302	2012
Кисель из яблок	200	0,10	0,20	40,20	117,00	ТК 085	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,20	0,40	10,90	56,00	ТК 056	
Батон обогащенный	30	2,30	0,90	15,50	78,00	ТК 012	
Итого:	841	23,71	10,72	107,30	935,40		

Полдник

Булочка молочная	100	8,70	1,80	51,90	296,00	477	2008
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ТК 077	
Персик свежий	100	0,90	0,10	8,50	45,00	ТК 086	
Итого:	400	10,60	1,90	86,80	443,00		
Всего:		57,78	36,71	311,76	2130,6		
Всего за день:	378 руб.80 коп.						

Директор ООО "Кавалер"
Калькулятор:
Зав. производством: